المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم
جامعة الملك خالد
عمادة الدراسات العليا
كلية التربية
قسم المناهج وطرق التدريس



اختبار التحصيل في وحدة التربية الصحية والإسعافات الأولية في مقرر التربية الأسرية للصف السادس الابتدائي

إعداد الطالبة

نوال محمد احمد عسيري

المشرف العلمي

د. ليلى محمد نبيل الوكيل

استاذ مساعد المناهج وطرق التدريس

١٤٤٢هـ /٢٠٢١م

سعادة الدكتور / المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته......وبعد

تقوم الباحثة بإجراء بحث بعنوان "**أثر تدريس وحدة في التربية الصحية باستخدام الرحلات المعرفية التفاعلية على التحصيل وتنمية مهارات التعلم الذاتي لدى طالبات الصف السادس الابتدائي**"، استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في تخصص مناهج وطرق تدريس العلوم بجامعة الملك خالد بأبها.

وقد صممت الباحثة هذا الاختبار كأحد أدوات البحث الذي سوف تستخدمه في قياس مستوى تحصيل الطالبات، ولذلك ترجو الباحثة من حضرتكم التكرم في تحكيم هذا الاختبار وإبداء رأيكم حول كل من ملاءمته وسلامة صياغته، ولكم جزيل الشكر والامتنان على تعاونكم وإفادتها بعلمكم وخبرتكم.

نرجو من سعادتكم تعبئة البيانات التالية:

اسم المحكم (رباعيًا) : --

التخصص : --

الدرجة العلمية : --

جهة العمل : --

العمل الحالي : --

الإدارة التابع لها : --

رقم الجول (اختياري) : --

البريد الكتروني :--

جدول المواصفات وفق مستويات التحصيل

المحتوى	الأسئلة والدرجات	مستويات التحصيل						مجموع عدد الأسئلة	مجموع الدرجات	نسبة الأهمية الموضوع
		تذكر ١٣ هدف	فهم ١٨ هدف	تطبيق ١٥ هدف	تحليل ٩ أهداف	تركيب ٩ أهداف	تقييم ١٣ هدف			
التربية الصحية	الأسئلة	١	١	١	٠	٠	١	٤	٤	٨.٣
التربية الصحية الرياضية	الأسئلة	١	١	١	٠	٠	١	٤	٤	٨.٣
الصحة البيئية	الأسئلة	١	١	١	٠	٠	١	٤	٤	٨.٣
الأمراض السارية والوقاية منها	الأسئلة	١	١	١	٠	٠	١	٤	٤	٨.٣
التربية الصحية الغذائية	الأسئلة	١	١	١	٠	٠	١	٤	٤	٨.٣
الأمراض الناتجة عن سوء التغذية	الأسئلة	١	١	١	٠	٠	١	٤	٤	٨.٣
الإسعافات الأولية: التسمم الغذائي– الإغماء	الأسئلة	١	١	١	١	١	١	٦	٦	١٦.٧
الإسعافات الأولية: الاختناق– الحروق	الأسئلة	١	١	١	١	١	١	٦	٦	١٦.٧
الإسعافات الأولية: النزف– الكسور	الأسئلة	١	١	١	١	١	١	٦	٦	١٦.٧
مجموع الأسئلة		٩	٩	٩	٣	٣	٩	٤٢		
مجموع الدرجات									٤٢	
نسبة الأهمية الأهداف		١٧	٢٣	١٩.٥	١١.٧	١١.٧	١٧			١٠٠

الاسم: الفصل: التاريخ:

عزيزتي الطالبة:

يهدف الاختبار لقياس مستوى التحصيل لديك في وحدة التربية الصحية والإسعافات الأولية في مقرر التربية الأسرية للصف السادس الابتدائي، علمًا أن هذا الاختبار سوف يستخدم لخدمة البحث العلمي، وليس له علاقة بدرجات المادة، فأرجو قراءة التعليمات بعناية ومن ثم الإجابة عن أسئلة هذا الاختبار، ولك جزيل الشكر والامتنان.

تعليمات الاختبار:

١. يتضمن الاختبار (٤٢) سؤال من نوع اختيار من متعدد، يتكون فيه كل سؤال من أربعة بدائل واحدة صحيحة وثلاثة خاطئة (أ- ب- ج- د).

٢. لا تهملي الإجابة عن أي سؤال.

٣. كل إجابة صحيحة عليها درجة واحدة، وفي حال الإجابة الخاطئة أو عدم الإجابة تكون الدرجة (صفر).

مثال:

١. بعض الأعراض الدالة على التسمم الغذائي:

أ) القيء. ب) النزف. ج) التشنج. د) الاختناق.

السؤال	أ	ب	ج	د
١	*			

السؤال	البعد	ينتمي للبعد		الصياغة سليمة		ملاحظات
		نعم	لا	نعم	لا	
١ .الصحة التي يقصد بها قدرة الفرد على القيام بالتفكير السليم والتخيل والإدراك والتقدير للمسؤولية، هي الصحة: أ. الاجتماعية. ب. العقلية. ج. البدنية. د. الاجتماعية.	تذكر					
٢ . تساعد الرياضة على زيادة انتاج الهرمون الذي يساعد على تكوين المشاعر الإيجابية، وتقليل الشعور بالألم، وهو هرمون: أ. السيروتونين. ب. النورابينفرين. ج. الإندورفين. د. الكرياتين.						
٣ . الصحة التي تهتم بالسلامة الأحيائية، والتأهب للكوارث والاستجابة لها، وسلامة الأغذية هي الصحة: أ. الجسمية. ب. البيئية. ج. الاجتماعية. د. الكونية.						

السؤال	البعد	ينتمي للبعد		الصياغة سليمة		ملاحظات
		نعم	لا	نعم	لا	
٤ .أحد الامراض السارية شديد الخطورة الذي تسببه البكتيريا، والذي ينتقل عن طريق البراغيث، هو مرض: أ. الحمى الشوكية. ب. الحصبة. ج. الكورونا. د. الطاعون.						
٥ .أحد العناصر الغذائية التي تمد الجسم بالفيتامينات التي تدعم الجسم وتساعد في وقايته من الأمراض هي: أ. الدهون. ب. الفواكه. ج. النشويات. د. الأملاح المعدنية.	تذكر					
٦ . تسمى الحالة الناتجة عن قصور المدخول الغذائي من بعض المواد الغذائية أو زيادته أو اختلال التوازن بينها أو ضعف استخدامها من قبل الجسم بـ: أ. سوء التغذية. ب. التسمم الغذائي. ج. التغذية غير المتوازنة. د. سوء هضم الغذاء.						

السؤال	البعد	ينتمي للبعد		الصياغة سليمة		ملاحظات
		نعم	لا	نعم	لا	
٧. الحالة المرضية التي تحدث بسبب تناول طعام غير مطبوخ بشكل جيد أو ملوث بالبكتيريا،، هي: أ. سوء التغذية. ب. اضطراب العضم. ج. تسمم غذائي. د. قرحة معدية.						
٨. الحالة الصحية التي يحدث فيها انخفاض شديد في مستوى الأوكسجين في الدم وارتفاع نسبة غاز ثاني أكسيد الكربون، والذي ينتج عنه فقدان أو الوفاة، هي: أ. ذات الرئة. د. الإغماء. ج. حمى السحايا. د. الاختناق.	تذكر					
٩. الحالة المرضية التي تحدث بسبب إحداث قوة شديدة على العظام، أو نتيجة لبعض الحالات المرضية التي تضعف العظام، هي: أ. هشاشة العظام. ب. نقص الكالسيوم. ج. كسور العظام. د. ضمور العضلات.						

السؤال	البعد	ينتمي للبعد		الصياغة سليمة		ملاحظات
		نعم	لا	نعم	لا	
١٠. ترتبط الصحة الجسدية بأن تكون كافة أعضاء الجسم بالحجم الطبيعي وتقوم بوظائفها بصورة صحيحة، وذلك لأن: أ. هرمونات وأنزيمات الجسم تكون قادرة على القيام بعملها بصورة منتظمة. ب. الرياضة لها تأثير كبير على أن تكون أعضاء الجسم بحجم طبيعي. ج. الشرط الأساسي للصحة الجسمية أن تكون جميع أعضائه مكتمل النمو. د. الحجم الطبيعي لأعضاء الجسم هو المسؤول عن تنظيم الوظائف الحيوية فيه.	فهم					
١١. للصحة البيئية دورًا كبيرًا في تباين نمو الجسم، وذلك لأن تلوث البيئة يمكن أن يؤدي إلى أ. خلل جميع الوظائف الحيوية للجسم. ب. ظهور تشوهات لدى المواليد. ج. يقلل من قدرة الإنسان على التنفس. د. يغير نظام ساعات النوم لدى الإنسان.						
١٢. أحد أهم انواع الرياضة التي يجب أن يمارسها الإنسان منذ طفولته السباحة، وذلك لأنها: أ. الماء يساعد خلايا الجسم على أن تقوم بوظائفها الحيوية بشكل سليم. ب. رياضة سهلة لا تحتاج إلى وجود مسؤول مختص للتدريب عليها. ج. تسمح له بتحريك جسمه بالكامل وتدربه على التنفس بطريقة منتظمة. د. تقلل من إصابة الإنسان بالأمراض الجليدة نظرًا لوجود ملح في مياه البحر.						

السؤال	البعد	ينتمي للبعد		الصياغة سليمة		ملاحظات
		نعم	لا	نعم	لا	
١٣.عند إصابة شخص بأحد الأمراض السارية، فإنه يتم عزله عن الناس إلى حين شفائه، والسبب في ذلك: أ. منع حدوث مضاعفات لدى الشخص المصاب. ب. تجنب انتقال العدوى وتفشي المرض بين الناس. ج. أن الامراض السارية جميعها تؤدي إلى وفاة المصاب بها. د. أنه لا يوجد علاج مكتشف بعض لهذه الأمراض.						
١٤.يجب التقليل من تناول الدهون المشبعة التي مصدرها الشحوم الحيوانية، والسبب في ذلك: أ. تزيد من فراط النشاط لدى الإنسان. ب. تسبب تلف بعض خلايا جسم الإنسان. ج. تعيق أداء جميع الوظائف الحيوية في الجسم. د. أنها أحد عوامل الإصابة بأمراض القلب.	فهم					
١٥.عند عدم مقدرة الجسم على هضم الطعام المتناول أو امتصاصه، فإن ذلك يكون بسبب حدوث: أ. السمنة المفرطة. ب. سوء التغذية. ج. مرض السكري. د. ارتفاع الضغط.						

السؤال	البعد	ينتمي للبعد		الصياغة سليمة		ملاحظات
		نعم	لا	نعم	لا	
١٦.يؤدي نقص مستوى الأكسجين الواصل للدماغ إلى وجود خلل في وصول الدم لأعضاء الجسم، وهذا ستؤدي إلى حدوث: أ. الصرع. ب. النزيف. ج. الإغماء. د. الاختناق.	فهم					
١٧. ينصح بالحذر أثناء التعامل مع الحروق من الدرجة الثالثة، ذلك لأنها: أ. تحتاج غالبًا إلى تدخل جراحي لعلاجها. ب. لوجود تورمات مختلفة تظهر بعد الاحتراق. ج. يشعر المصاب بألم شديد بسبب تلف الأعصاب. د. يعاني المصاب نزيف داخلي ناتج عن الاحتراق.						
١٨.عند تعرض العظام للكسر من المتوقع أن يحدث نزيف غزير والسبب في ذلك: أ. أن أغلب الكسور يصاحبها وجود جروح في مكان الإصابة بالكسر. ب. وجود كميات كبيرة من الدم في نخاع العظم، حيث يتم انتاج خلايا الدم. ج. تكون تجلطات دموية نتيجة الإصابة بالكسر ناتجة عن تجمعات دموية. د. الأعصاب ترسل إشارات عصبية لضخ كمية كبيرة من الدم إلى مكان الإصابة.						

السؤال	البعد	ينتمي للبعد		الصياغة سليمة		ملاحظات
		نعم	لا	نعم	لا	
١٩. إذا أصيبت إحدى زميلاتك بمرض جلدي معدي، فإن هذا المرض يمكن أن ينتقل لك عن طريق: أ. رزاز الذي ينتشر اثناء عطسها. ب. تناول طعام الفطور بقربها. ج. التحدث معها لفترة طويلة. د. مصافحتها عند السلام عليها.						
٢٠. اقترحت إحدى مدارس تنظيم نشاط رياضي للطالبات، لمساعدتهن في تحسين مستوى المونة والوزان لأجسامهن، وتقويتها بما يساعد في تحسين صحتهن الجسدية، فكان أنسب رياضة يمكن أن تمارسنها هي رياضة: أ. الغوص. ب. كرة القدم. ج. الجمباز. د. رفع الأثقال.	تطبيق					
٢١. طلبت إحدى المعلمات عمل نشاط يخدم البيئة، بإعادة تدوير بعض المواد، ولذلك قامت الطالبات بـ: أ. بصنع أعمال فنية باستخدام بعض التالفة. ب. رمي المواد التالفة في النفايات للتخلص منها. ج. زرع بعض الزهور والأشجار الصغيرة في حديقة المدرسة. د. عمل ندوة عن حماية البيئة وكيفية المحافظة عليها.						

السؤال	البعد	ينتمي للبعد		الصياغة سليمة		ملاحظات
		نعم	لا	نعم	لا	
٢٢. ينصح الأطباء عند الإصابة إحدى الطالبات بالحصبة بأن: أ. تأخذ الأدوية بانتظام ولا تتغيب عن المدرسة. ب. تمتنع تمامًا عن أكل المأكولات الساخنة. ج. ترتدي ملابس كثيرة لتجنب الشعور بالبرد. د. تبقى بالبيت لكي لا تعدي زميلاتها في المدرسة.	تطبيق					
٢٣. إذا سألتك إحدى زميلاتك عن الغذاء الصحي السليم فإنك تجيبي بأنه الغذاء الذي يحتوي على: أ. كثير من الدهون. ب. كثير من النشويات. ج. كثير من الخضروات. د. كثير من الكربوهيدات.						
٢٤. لاحظتي أن إحدى زميلاتك تفرط في تناول الطعام، ولذلك يجب عليك أن: أ. تحاولي منعها من ذلك بأخذ الطعام منها. ب. تنصحيها بأن ذلك سوف يؤثر في صحتها. ج. تتركيها لخوفك من أن تغضب منك إذا نصحتها. د. تتقاسمين معها الطعام لكي تقل كمية الطعام الذي تتناوله.						

<table>
<tr><th rowspan="2">السؤال</th><th rowspan="2">البعد</th><th colspan="2">ينتمي للبعد</th><th colspan="2">الصياغة سليمة</th><th rowspan="2">ملاحظات</th></tr>
<tr><th>نعم</th><th>لا</th><th>نعم</th><th>لا</th></tr>
<tr><td>٢٥.عندما تتقيأ إحدى الطالبات بسبب تناولها أطعمة ملوثة، فإن أحد الأمور التي يجب فعلها للسيطرة على القيء، هي:
أ. تناول الأطعمة الصلبة.
ب. الوقوف لمدة ساعة.
ج. عمل حركة دورانية للرأس.
د. شرب قليلة من الماء البارد.</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>٢٦. عند استخدام الموقد في مختبر العلوم، تعرضت يد إحدى الطالبات إلى الحرارة التي تسببت في احتراق من الدرجة الأولى، وفي هذه الحالة أول ما يجب فعله هو:
أ. وضع لاصق طبي مكان الحرق لكي لا يتعرض للهواء.
ب. استخدام الكحول لتعقيم مكان الجلد المحترق.
ج. وضع الجلد المحترق تحت الماء البارد لمدة ٥ دقائق.
د. استخدام مرهم رطب للبشرة ليبقى الجلد طريًا.</td><td>تطبيق</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>٢٧. عند إصابة إحدى زميلاتك بنزيف بالأنف، فإنك تجلسيها على كرسي وتجعلي رأسها:
أ. للأسفل.
ب. للأعلى.
ج. يدور.
د. مستقيم.</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
</table>

السؤال	البعد	ينتمي للبعد		الصياغة سليمة		ملاحظات
		نعم	لا	نعم	لا	
٢٨.ينصح عند حصول التسمم الغذائي أكل الموز، فهو: أ. مصدر غني للبوتاسيوم الذي يحد من التهاب المعدة. ب. يحتوي على كمية كبيرة من الألياف صعبة الهضم. ج. يحتوي على مادة حمضية تساعد في تعقيم الأمعاء. د. يحفز الجسم على القيء لإزالة الأطعمة الملوثة من الجسم.						
٢٩.يمكن تميز الحروق من الدرجة الثالثة عن أنواع الحروق الأخرى بأنها حروق: أ. تتعدى الطبقة الخارجية للجلد لتصل إلى الطبقة الداخلية. ب. تتغلغل في كل طبقات الجلد وصولًا إلى الدهن والعضلات. ج. تسبب الحد الأدنى من تلف الجلد، وتؤثر في الطبقة الخارجية من الجلد فقط. د. تشفى في غضون ٧ إلى ١٠ أيام دون أن تترك أي ندوب مكان حدوثها.	تحليل					
٣٠. تختلف كسور عظم الفخذ وعظم العضد وعظم الحوض عن بقية الكسور بأنها: أ. تؤدي إلى نزف أكثر من ١٠% من دم الجسم. ب. تسمى بكسور العظام القصيرة في الجسم. ج. تكون أكثر الكسور خطورة لكونها عظام أساسية. د. تشفى بسرعة، فهي لا تحتاج إلى وقت كبير ليتم جبرها.						

السؤال	البعد	ينتمي للبعد		الصياغة سليمة		ملاحظات
		نعم	لا	نعم	لا	
٣١.تتلخص الإسعافات الأولية للمصاب بالتسمم الغذائي بما يلي: أ. إزالة الأطعمة الملوثة، ثم أكل الأطعمة الصلبة، وشرب كمية كبيرة من الماء في حال المعاناة من القيء. ب. الاستلقاء لمددة كافية ثم إزالة الأطعمة الملوثة، وشرب المشروبات الغازية لإيقاف الإسهال. ج. تجنب شرب الماء تمامًا وإزالة الأطعمة الملوثة، والوقوف لمدة كافية حتى يزول التسمم من الجسم. د. إزالة الأطعمة الملوثة، ثم الاستلقاء وشرب كمية قليلة من الماء في حال المعانة من القيء.	تركيب					
٣٢. يمكن استنتاج أن الحروق من الدرجة الأولى، عند ظهور الدلائل التالية: أ. جود فقاعات كبيرة من الهواء مكان الإصابة، مع إفراز سائل ذو لون أصفر. ب. يبدو الجلد مشمعًا أو مفحمًا، ولا يشعر المصاب بألم لأن أطراف الأعصاب تلفت. ج. وجود احمرار والتهاب طفيف أو تورم وجفاف وتقشير للجلد. د. تلف جميع الأوعية الدموية الموجودة في طبقة الأدمة وتورم وإفراز سوائل مكان الإصابة.						

السؤال	البعد	ينتمي للبعد		الصياغة سليمة		ملاحظات
		نعم	لا	نعم	لا	
٣٣.تتلخص الإسعافات الأولية عند حدوث إصابات شديدة مصحوبة بنزف حاد، بما يلي: أ. تفحص الجرح وتنظيفه بشكل كامل، ومن ثم رفع مكان الإصابة إلى الأعلى لكي يتوقف النزف. ب. إزالة الأوساخ والأجسام الكبيرة الظاهرة التي سببت النزف، ثم قم بإيقاف النزف بالضغط بضماد على الجرح. ج. تنظيف الجرح من الدماء حتى يتوقف النزيف، وترك الجرح معرض للهواء لأن ذلك يؤدي إلى توقف النزف. د. تنظيف الجرح ومن ثم وضع كمية كافية من الملح لأن ذلك يساعد في تخسر الدم وتوقف النزف.	تركيب					
٣٤. برأيك أي مما يلي يعد تصرف صحيح في الحالة التالية "أثناء لعبك مع زميلاتك في الفسحة لاحظت علامات الإجهاد والتعب على أحدهن"؟ أ. تجلسيها على كرسي وتستدعي المرشدة الصحية لتراها. ب. تنصحيها بالصبر حتى حين نهاية الدوام في المدرسة. ج. تنصحيها بالذهاب إلى المرشدة الصحية في المدرسة. د. تخبيرها أن هذه الأعراض سوف تزول عند مواصلة اللعب.	تقويم					

السؤال	البعد	ينتمي للبعد		الصياغة سليمة		ملاحظات
		نعم	لا	نعم	لا	
٣٥. برأيك أي الأوقات مناسب أكثر لممارسة الرياضة؟ أ. قبل تناول طعام الإفطار. ب. بعد تناول الطعام مباشرة. ج. بعد ساعتين من تناول الطعام. د. عند العودة من العمل مساءً.						
٣٦. قرري ما يجب عليك فعله في الحالة التالية "حضرت طبيبة الصحة المدرسية إلى مدرستك لتفقد الطالبات اللاتي لم تحصلن على جرعات التطعيم اللازمة وكنت منهن". أ. تخفي هذا الأمر لخوفك من الإبرة. ب. تعلمي الطبيبة ليتم إعطاءك التطعيم. ج. تنتظري أن تكتشف الطبيبة ذلك. د. تؤجلي أخذ التطعيم لانشغالك بأمر هام.	تقويم					
٣٧. برأيك كيف تقي نفسك من الإصابة فيروس الكورونا الذي انتشر بشكل عالمي في الأواني الأخيرة؟ أ. تبحثي عن أسباب انتشار المرض للحد منه. ب. تتجنبي الخروج من المنزل لكي لا تصابي به. ج. تزوري من أصيب بالمرض للتعرف أعراضه. د. تأخذي أدوية مضادة ليقاومه جسمك.						

السؤال	البعد	ينتمي للبعد		الصياغة سليمة		ملاحظات
		نعم	لا	نعم	لا	
٣٨. برأيك ماذا يجب فعله للوقاية من الإصابة بالانفلونزا التي تزداد الإصابة بها في فصل الشتاء،؟ أ. عدم الخروج من المنزل لكي لا تصابين بالعدوة. ب. لبس كثير من الملابس لكي لا يصبح الجسم باردًا. ج. أخذ أدوية مضادة للإنفلونزا لتجنب الإصابة بها. د. أكل كثير من الفاكهة لزيادة المناعة في الجسم.	تقويم					
٣٩. برأيك ما التصرف الصحيح في الحالة التالية "إذا علمت أن إحدى زميلاتك مصابة بمرض السكري"؟ أ. تتقاسمين معها قطع الحلوى. ب. تتجنبيها لعدم الإصابة بالعدوى. ج. تنصحيها بعدم أكل الحلويات. د. تراقبيها للتعرف أعراض المرض.						
٤٠. قرري السبب في إصابة إحدى زميلاتك بمغص بعد تناول فطورها الصباحي المكون من فطائر حصلت عليها من بائع متجول بقرب المدرسة، وعصير وماء وتفاحة أحضرتها من المنزل. أ. التفاحة. ب. العصير. ج. لماء. د. الفطائر.						

السؤال	البعد	ينتمي للبعد		الصياغة سليمة		ملاحظات
		نعم	لا	نعم	لا	
٤١ . برأيك هل التصرف كان صحيحًا في الحالة التالية "تعرضت إحدى الطالبات إلى حروق من الدرجة الثانية، فقامت إحدى زميلاتها بوضع بعض الثلج مكان الإصابة"؟ أ. نعم، لأن الثلج يساعد في علاج الحروق الشديدة، ويسرع عملية ترمي الجلد المحترق. ب. لا، كان من الأفضل استخدام الماء البارد لكي لا يتسبب الثلج بمزيد من الألم الضرر. ج. لا، كان من الأفضل استخدام الملح لأنه يجفف الجلد المحترق ويساعد في تقشيره. د. نعم، لأن الثلج يرطب مكان الجلد المحترق، ويسهل عملية ازالته من مكانه لنمو جلد جديد.	تقويم					
٤٢ .قرري ما يجب عليك عمله أولًا في الحالة التالية "أصيبت إحدى زميلاتك بالكسر في ذراعها مع نزيف، وتحاولين مساعدتها". أ. تقومي بتحريك يدها لكي لا يتجلط الدم أثناء النزيف. ب. تأخذيها مباشرة إلى المرشدة الصحية مهما كانت الإصابة. ج. تحاولي إيقاف النزيف، ثم تستدعي المرشدة الصحية. د. تتركيها وتذهبي لإحضار المساعدة من المرشدة الصحية.						

انتهت الأسئلة